DE

N° 119.

LA MÉLANCOLIE,

CONSIDÉRÉE

COMME TRISTESSE HABITUELLE

SANS DÉRANGEMENT DE LA RAISON;

Thèse présentée et soutenue à la Faculté de Médecine de Paris, le 7 juin 1831, *pour obtenir le grade de Docteur en médecine;*

PAR AUG.-LOUIS-HYACINTHE SÉBIRE, de Valognes,

Département de la Manche;

Bachelier ès-lettres et ès-sciences; ancien Élève des hôpitaux et hospices civils de Paris; Élève de première classe à l'École pratique.

La tristesse et le chagrin, qui ont été rangées au nombre des causes véritablement affaiblissantes, se peignent sur le visage de l'homme, tableau vivant où toutes les passions sont rendues avec autant de délicatesse que d'énergie. BUFFON, Hist. nat. de l'homme.

A PARIS,

DE L'IMPRIMERIE DE DIDOT LE JEUNE,

Imprimeur de la Faculté de Médecine, rue des Maçons-Sorbonne, n. 13.

1831.

FACULTÉ DE MÉDECINE DE PARIS.

Professeurs

M. ORFILA, Doyen.	Messieurs
Anatomie	CRUVEILHIER, *Examinateur.*
Physiologie	.....
Chimie médicale	ORFILA.
Physique médicale	PELLETAN.
Histoire naturelle médicale	.....
Pharmacologie	DEYEUX.
Hygiène	DES GENETTES, *Suppléant.*
Pathologie chirurgicale	MARJOLIN. / CLOQUET, *Examinateur.*
Pathologie médicale	DUMÉRIL. / ANDRAL.
Pathologie et thérapeutique générales	BROUSSAIS, *Examinateur.*
Opérations et appareils	RICHERAND.
Thérapeutique et matière médicale	ALIBERT.
Médecine légale	ADELON.
Accouchemens, maladies des femmes en couches et des enfans nouveau-nés	MOREAU.
Clinique médicale	LEROUX. / FOUQUIER, *Président.* / ..... / CHOMEL.
Clinique chirurgicale	BOYER. / DUBOIS. / DUPUYTREN. / ROUX.
Clinique d'accouchemens	.....

Professeurs honoraires.

MM. DE JUSSIEU, LALLEMENT.

Agrégés en exercice.

MM.	MM.
Baudelocque.	Dubois.
Bayle.	Gerdy.
Bérard.	Gibert.
Blandin.	Hatin.
Bouillaud, *Examinateur.*	Lisfranc.
Bouvier, *Examinateur.*	Martin Solon.
Briquet.	Piorry.
Brongniart.	Rochoux.
Cottereau.	Sandras.
Dance, *Suppléant.*	Trousseau.
Devergie.	Velpeau.
Dubled.	

Par délibération du 9 décembre 1798, l'École a arrêté que les opinions émises dans les dissertations qui lui seront présentées doivent être considérées comme propres à leurs auteurs, qu'elle n'entend leur donner aucune approbation ni improbation.

AUX MÂNES DE LA PLUS TENDRE, DE LA MEILLEURE

DES MERES.

Souvenir éternel ! éternels regrets !

A MON PÈRE.

Témoignage de reconnaissance et d'amour filial.

A.-L.-H. SÉBIRE.

DES MERES.

A MON PERE.

INTRODUCTION.

Le mot *mélancolie* a deux acceptions; l'une, médicale, désignait autrefois cette variété de l'aliénation mentale caractérisée par un délire exclusif, et que M. *Esquirol* a proposé, à juste titre, d'appeler *monomanie*, en donnant celui de *lypémanie* à la monomanie avec tendance aux idées noires. La mélancolie, telle qu'on l'entend dans le monde, n'exprime au contraire qu'un état habituel de tristesse sans dérangement de la raison. C'est de cette tristesse habituelle qui peut conduire à la monomanie, au suicide, à la mort, qui peut produire un grand nombre de maladies et les aggraver toutes, dont je veux surtout parler dans cet essai, que je diviserai en trois parties.

Dans la première, j'exposerai quelques considérations sur la tristesse et les principales circonstances qui y prédisposent.

La seconde sera consacrée à l'étude de l'influence de la tristesse dans la production des maladies et pendant leur cours.

Dans la troisième, enfin, seront placés quelques moyens propres à la dissiper, et quelques règles relatives à leur emploi.

P. S. C'est au moment où je m'occupais de cette thèse, qui devait me ramener pour toujours auprès d'une mère tendre et chérie, et remplir ses vœux les plus ardens, que

je reçois tout à coup la nouvelle de sa mort. Au milieu du vide immense dont je me sens entouré, incapable de méditation, qu'une pensée déchirante vient sans cesse interrompre; pressé de rejoindre mon vieux père et d'adoucir ses tourmens; et d'ailleurs, trop cruellement averti par le malheur pour ne pas être avare de ses derniers jours, je me vois forcé de laisser incomplet ce travail, uniquement entrepris pour remplir un devoir. S'il m'eût été possible d'y apporter tout le soin dont je suis capable, je me serais présenté avec assurance; car mes efforts, mon jeune âge, et l'immense étendue qu'embrasse mon sujet, m'eussent donné des droits à l'indulgence de mes juges. En le leur offrant aujourd'hui tel qu'il est, je ne réclame rien, mon malheur doit parler pour moi.

DE

LA MÉLANCOLIE,

CONSIDÉRÉE

COMME TRISTESSE HABITUELLE

SANS DÉRANGEMENT DE LA RAISON.

PREMIÈRE PARTIE.

De la tristesse et des principales circonstances qui y prédisposent.

La vie entière de l'homme est une continuelle alternative de sensations agréables et pénibles : le plaisir et la douleur, ces deux puissans mobiles de son âme, la tiennent sans cesse sous leur empire, et nous le voyons passer successivement de l'accablement produit par les

revers aux douces illusions de l'espérance, des rêves enchanteurs de l'amour aux tourmens de la crainte et de la jalousie. Excité sans cesse par un besoin de sensations nouvelles, il n'eût pu supporter la monotonie d'un bonheur continu, et dans une félicité perpétuelle il eût été le plus malheureux des êtres. Le sentiment de la douleur, quand il est modéré, semble donc une condition au moins utile à son bien-être, et d'ailleurs il ajoute un nouveau prix à celui du plaisir. C'est ainsi qu'après les ardeurs d'un soleil brûlant nous trouvons une sorte de volupté dans la douce fraîcheur de l'ombrage; c'est ainsi qu'après les souffrances la santé reparaît embellie de nouveaux charmes et répand sur nous un sentiment de bonheur que jusqu'alors nous n'avions pas connu.

Mais lorsque, doué d'une sensibilité vive et déjà disposé à la mélancolie, l'homme s'exagère ses moindres maux et s'en fait un tourment; lorsque les disgrâces et les malheurs le poursuivent sans relâche; lorsqu'un corps débile et usé ne donne plus à son âme la vigueur nécessaire pour soutenir les chocs de la vie, alors tout ce qui l'entoure se couvre d'un crêpe sombre et ne lui inspire plus que l'abattement et la tristesse; bientôt il devient inaccessible à toute autre pensée qu'à celle de son malheur, et le chagrin qui le ronge altère sa raison et mine sourdement les ressorts de sa vie. Aussi nous retrouvons parmi les causes de la folie et d'un grand nombre d'autres maladies toutes celles qui peuvent disposer à la tristesse ou la produire : le tempérament nerveux et mélancolique; les passions tristes, et toutes les autres, lorsqu'elles sont malheureuses ou trompées; les chagrins domestiques et les revers de fortune; la perte de la beauté et la cessation des règles, ainsi que l'abandon du monde et des plaisirs; l'abus des plaisirs vénériens et de la masturbation; les veilles opiniâtres; l'oisiveté, surtout après une vie active; les regrets, les scrupules religieux et les terreurs de l'autre vie, déplorables résultats d'un zèle exagéré et de prédications effrayantes sur des consciences timorées, etc., etc.

Il est dans nos coutumes bien d'autres causes de tristesse, surtout

pour les malades, et dont on devrait chercher à leur éviter l'impression fâcheuse. Par exemple, ne serait-il pas avantageux pour l'humanité souffrante que l'Église abolît cet antique et dangereux usage de faire retentir les airs du son lugubre de ses cloches pour honorer la mémoire du riche qui n'est plus? Le pauvre, qui n'a légué que sa misère, marche paisiblement et sans troubler personne à sa dernière demeure; les pleurs de sa famille sont les seules marques des regrets qu'il emporte avec lui, et son convoi n'est point accompagné de ce fracas sinistre et ridicule, dernier et fastueux effort de l'opulence, qui cherche encore à faire résonner dans les airs le bruit de son entrée dans la tombe.

En outre que ces sons funéraires ne font qu'augmenter la douleur des familles qui pleurent un de leurs membres, ils rappellent aux cœurs sensibles de douloureux souvenirs, et vont porter aux malades, qui les entendent ces idées de destruction et de deuil dont on a tant à redouter pour eux les funestes atteintes.

Caractères physiologiques de la tristesse.

En même temps que le chagrin porte directement au cerveau son action débilitante, une constriction permanente et comme spasmodique se fait ressentir à la région épigastrique : la respiration devient difficile; le sang s'accumule dans les gros vaisseaux, et, incomplètement revivifié, ne porte plus au cerveau qu'une excitation imparfaite; les sens deviennent obtus, les idées sont moins vives et prennent un caractère remarquable de confusion et de lenteur, les sanglots et la fréquence des soupirs révèlent en même temps la triste situation de notre âme et l'affaiblissement de nos organes; l'appétit se déprave, les digestions s'altèrent et la nutrition languit; le pouls est rare ou fréquent, mais toujours faible; les extrémités sont froides. Il semble, dit M. *Virey*, que fuyant le mal qui la menace au dehors, toute la sensibilité vienne se réfugier au dedans pour s'y soustraire aux souffrances.

Alors la physionomie de l'homme exprime la douleur : une pâleur affreuse a remplacé le teint frais et animé de la gaîté ; ses traits sont affaissés, ses lèvres décolorées et ses yeux languissans ; sa voix a quelque chose de touchant qui semble mendier des consolations à tout ce qui l'entoure ; sa démarche est lente et mal assurée, toutes ses actions portent l'empreinte de son âme ; ce n'est qu'avec effroi qu'il considère le présent, et l'avenir ne lui offre que de sinistres et lugubres tableaux. Tantôt, fuyant les hommes et leurs funestes erreurs, il s'enfonce dans la solitude, il s'y replie sur ses maux, il s'y nourrit de ses tristes pensées, et s'en saturant à longs traits il en épuise l'amertume (1) ; tantôt miné par les chagrins, son physique s'épuise, se consume, et il marche lentement vers la tombe, ou bien s'abandonnant au dégoût de la vie, il se délivre lui-même d'une existence qu'il ne peut plus supporter.

La tristesse et le chagrin ne se mesurent point par des cris et des pleurs : c'est dans ces longs et sourds gémissemens, cet aspect maigre et décharné, cette contenance morne et abattue, ce teint have et plombé, ce regard sombre, cet œil éteint qui ne peut plus verser de larmes, que l'homme sensible reconnaît profondément gravés les traits de l'infortune. La nouvelle d'une catastrophe imprévue, qui nous transporte tout à coup de l'excès du bonheur à celui de la misère, nous plonge quelquefois dans cet état de détresse où nous demeurons comme glacés sous la main du malheur, qui anéantit toutes nos facultés et tarit jusqu'à la source consolatrice de nos pleurs.

Des circonstances propres à favoriser l'influence des affections tristes.

Si tous les hommes sont exposés aux peines et aux misères de la vie, tous n'en sont pas également affectés. Les diverses conditions que

---

(1) On pourrait citer pour exemple *Gœthe*, qui, dans la solitude où il composa son Werther, exhala pour ainsi dire dans cet ouvrage le dégoût de la vie dont il était affecté, et dont il se trouva parfaitement guéri.

leur assigne la fortune, l'état de santé ou de maladie dans lequel ils se trouvent, l'éducation physique et morale qu'ils ont reçue, la profession qu'ils exercent, le climat qu'ils habitent, le régime auquel ils sont soumis, leur âge, leur sexe, leur constitution, etc., influent puissamment sur le mode et le degré d'impression qu'elles font sur eux.

C'est surtout sur celui qui jusqu'alors avait été comblé des dons de la fortune que le malheur pèse de tout son poids. Voilà pourquoi le faible qu'on opprime, dans la sombre horreur du cachot où la tyrannie l'a placé, rêve souvent avec calme un monde meilleur, un avenir plus heureux, tandis que la mélancolie ronge et dévore à longs traits une grandeur déchue.

Toutes les maladies influent plus ou moins sur le moral, mais bien plus à raison de leur siége et de leur nature que de la violence et du danger des symptômes. L'hypochondriaque est obsédé de frayeurs pour des symptômes qui ne nous alarment pas, et la mort vient souvent frapper le phthisique au moment où il se berce encore des plus flatteuses chimères. En général, néanmoins, toutes les maladies nous disposent à la tristesse, et certains phénomènes normaux semblent même, sous ce rapport comme sous bien d'autres, se rapprocher de l'état morbide, puisqu'il est incontestable que la femme a plus de penchant à la crainte, au découragement, à l'ennui, pendant les règles, la gestation et l'accouchement.

Éducation physique et morale. Modifier tour à tour et d'une manière directe le moral et la constitution de l'homme; en modifiant son moral, changer sa constitution; en modifiant sa constitution, changer son moral, telle est la puissante influence que l'homme peut exercer sur son semblable; et, pour nous en tenir à ce qui concerne les affections de son âme, c'est principalement dans son enfance qu'on doit s'appliquer à les retenir et à les modérer. L'amour et l'aversion, le plaisir et la douleur, la joie et la tristesse planent déjà sur son berceau; et combien ne faut-il pas de prudence pour les maintenir dans

un juste équilibre, et prévenir le développement de passions funestes à son repos et au bonheur de sa vie! Aussi, dès l'âge le plus tendre, l'éducation des enfans a besoin d'être dirigée par des mains habiles et expérimentées. Il en est qui présentent de bonne heure une grande susceptibilité nerveuse : à la moindre contrariété, on les voit atteints de migraines, de vomissemens nerveux, de convulsions, etc. ; qu'on se garde d'exercer, trop tôt leur esprit et d'exaspérer, par une mollesse dangereuse, cette sensibilité physique et morale ; qu'on s'applique, au contraire, à développer leur système musculaire par une gymnastique appropriée. Plus tard, en effrayant les enfans par le tableau lugubre des misères de la vie, en usant envers eux d'une sévérité trop grande, on les rend ombrageux et pusillanimes; en les élevant dans la mollesse, en cédant à tous leurs caprices, on leur prépare pour l'avenir des peines et des disgrâces sans nombre, et l'on sait assez ce qui arrive à presque tous les *enfans gâtés* à leur entrée dans le monde. Rien de plus propre à former des hommes heureux, que de les accoutumer de bonne heure à supporter avec courage les traverses et les contrariétés, et de faire entrer dans leur cœur des sentimens de bienveillance et de pitié, en les intéressant au sort du malheureux.

Professions. Le médecin, plus que tout autre, a besoin d'une philosophie ferme, qui soutienne son courage contre les écueils qu'il rencontre à chaque pas dans l'exercice de sa profession. Ah! combien le spectacle des derniers momens d'un ami remplit son âme de trouble et d'amertume! combien son cœur est saignant, à la vue de ce regard inquiet et abattu qui semble implorer encore des secours désormais inutiles; à la vue de ces mains débiles et glacées, de ces bras décharnés et tremblans, qui font un dernier effort pour s'attacher à lui! Pourquoi faut-il qu'il ne puisse qu'adoucir les derniers momens d'une vie qui lui est chère, et partager, en maudissant l'impuissance de son art, le malheur d'une famille consternée!

Et quelle étude plus propre à inspirer le dégoût, la tristesse et

l'ennui, que celle du jeune élève qui consacre ses plus belles années au difficile et périlleux apprentissage de l'art de guérir. Du sein d'une famille chérie, où jamais sa sensibilité ne fut exercée que par des émotions douces, tansporté tout à coup dans ces tristes asiles de la misère, où l'effrayant assemblage des infirmités humaines se présente à ses yeux dans toute son horreur, de quel lugubre horizon ne se sent-il pas entouré? Si nous joignons à cela beaucoup d'autres influences auxquelles il est soumis, et surtout la lecture des livres de médecine, si dangereuse pour les personnes qui ne sont pas initiées aux principes de cet art, nous concevrons facilement comment le plus grand nombre des élèves de cette école, doués d'une vive sensibilité, deviennent dans les premiers mois de leur séjour à Paris mélancoliques, nostalgiques ou hypochondriaques.

Les travaux de l'esprit, en lui donnant plus de force et d'étendue, en appelant vers certains organes presque toute l'activité de la vie, troublent l'exécution des fonctions dont le parfait accomplissement est nécessaire à la santé. Voilà pourquoi, chez les gens de lettres, les savans, les artistes, les digestions se dérangent si souvent, la circulation est embarrassée et la respiration plus ou moins difficile; voilà pourquoi nous rencontrons si souvent chez les penseurs l'hypochondrie et la mélancolie.

En ne considérant ici les professions que sous le rapport du bonheur et de la sécurité de l'âme, nous pouvons dire : Heureux, mille fois heureux l'honnête et tranquille artisan qui, également éloigné des tourmens de l'ambition et des traits rongeurs de l'envie, libre de la soif de la gloire et de la vanité des rangs, coule, au sein d'une famille chérie et loin du fracas des honneurs, sa modeste et paisible existence !

Saisons et climats. Dans le *printemps.* La nature, à son réveil, se déroule à nos yeux dans son plus bel éclat, et le principe de vie semble augmenter dans tous les êtres; tout s'agite, et nous pouvons à peine suffire à la multiplicité des sensations qui nous frappent; nos fluides,

concentrés par l'hiver, s'épanouissent à la circonférence de notre corps, nous nous sentons plus forts et plus alertes ; le sentiment de notre existence augmente et semble élargir en nous la sphère de la vie. C'est alors que notre âme s'éloigne d'avantage de la mélancolie, aussi le christianisme, qui s'efforce de ramener les hommes à la constitution mélancolique, a-t-il, pour tempérer notre ardeur et nous faire rentrer en nous-mêmes, converti le printemps en une saison de jeûne et de prières.

Dans l'*été*, ce grand mouvement se calme peu à peu, la chaleur vient relâcher nos fibres et nous inviter au repos ; les sensations, moins nombreuses, nous permettent de nous abandonner d'avantage à la réflexion ; mais dans une heureuse indolence, contens de vivre sous un ciel bienfaisant, tout au présent et sans souci de l'avenir, nous n'ouvrons notre cœur qu'à d'heureuses pensées. Nous rencontrons à peu-près la même disposition chez les peuples des climats chauds : le Napolitain, demi-nu, s'endort nonchalemment sous le parvis de ses temples, au pied des statues de ses dieux ; et le Caraïbe cherche le soir, en pleurant, sont lit qu'il a changé le matin pour quelques verre d'eau-de-vie.

Dans l'*automne*, l'humidité ramollit nos tissus, le cours de nos humeurs se ralentit, et le sentiment de notre existence diminue. L'aspect triste et monotone de la nature, ces arbres dépouillés de leur verdure, ces feuilles desséchées qui crépitent sous nos pas, le sifflement des vents qui nous saisit d'effroi, vont porter dans notre âme le découragement, le dégoût et le sentiment confus de notre misère et de notre néant. On sait que cette saison rend les suicides plus fréquens, surtout en Angleterre et pendant les influences du vent d'ouest ; que beaucoup de maladies s'aggravent sous son influence, et que la plupart présentent moins de chances favorables pour la guérison. C'est sans doute pour dissiper la tristesse qui s'empare alors de notre âme qu'on a placé dans l'automne, de même qu'à la fin du jour, le temps des vacances, des divertissemens et des plaisirs.

Hiver. La tristesse que nous inspirent les jours nébuleux et les frimats de cette saison n'est pas moins remarquable, et les affections morales tristes produisent alors sur notre économie un affaiblissement d'autant plus funeste que l'activité de nos organes aurait besoin d'être augmentée, pour lutter avec avantages contre l'intensité du froid. Notre armée, dans la trop fameuse retraite de Russie, eût été moins décimée, si nos soldats eussent pu opposer à la rigueur de la température l'enthousiasme et le courage que donne la victoire; et si les plus faibles ont souvent bravé des fatigues auxquelles succombaient les plus robustes, c'est que l'amour de la patrie, qui brûlait dans leur cœur, les avait rendus capables de plus généreux efforts. Mais quel dut être le désespoir de nos malheureux blessés, abandonnés sur les derrières d'une armée en retraite, à toutes les horreurs de la misère et du besoin, en proie aux plus cruelles souffrances, exposés sans asile et presque nus à un froid de vingt-cinq degrés, échangeans avec leurs frères d'armes les plus pénibles adieux par des larmes glacées, et délaissés sans secours, aux approches de la mort, à la merci d'un peuple barbare et furieux.

La tristesse comme le tempérament mélancolique se rencontre souvent dans les climats froids, brumeux et sombres, surtout lorsque des vices de régime viennent seconder leur influence; mais elle semble régner de préférence dans les climats chauds, surtout sous l'influence de quelques conditions secondaires. La haute température de ces cieux embrasés en augmentant l'activité des organes de la sensibilité, affaiblit tous les autres, et rend les peuples qui les habitent efféminés et contemplatifs. Leur vive sensibilité, jointe à leur disposition bilieuse, rend leurs passions extrêmes, et les expose à toutes les fureurs de l'amour, de la jalousie, de la vengeance et du fanatisme religieux. De l'énervation de leurs organes résultent la flaccidité des tissus, la nonchalance, le défaut de courage, la tristesse, la crainte, la crédulité, qui paralysent les généreux élans de la liberté, les maintiennent courbés sous le joug honteux de leurs prêtres, et font de

ces contrées, que la nature se plût à embellir de ses dons, la patrie du despotisme civil et religieux.

Âges. L'*enfance* est rarement atteinte de mélancolie. A cet âge heureux des plaisirs et de l'innocence, exempte des peines et des soins de la vie, nous traversons dans une sorte d'insouciance ses premières années. Notre organisation, encore tendre et délicate, est peu susceptible de recevoir des impressions profondes et durables. En revanche, l'enfant ne laisse rien passer inaperçu : on dirait que ses sens recherchent avec avidité les matériaux de son intelligence ; ses sensations sont vives, multipliées et passagères ; ses idées sont nombreuses et fugitives comme elles. Nous ne trouvons dans l'enfant que le germe des passions, sources fécondes d'amertumes et de chagrins. La gourmandise et la jalousie sont à peu près les seules que nous rencontrions chez lui ; la première est le résultat du besoin d'accroissement et du développement considérable de l'appareil digestif ; la seconde est une suite de l'égoïsme si naturel aux deux extrêmes de la vie. Quelques causes peuvent cependant produire à cet âge une tristesse habituelle et rendre le caractère irascible ; tels sont certaines dispositions héréditaires, les études prolongées et au-dessus de la portée des enfans, et surtout les châtimens injustes et barbares au moyen desquels on entreprend quelquefois de les corriger. Qu'on se garde de les effrayer à l'aide de ces contes ridicules qui impriment à leur esprit, crédule par ignorance et timide par faiblesse, un cachet de pusillanimité qui ne s'effacera jamais entièrement.

Par cela même que la mélancolie est moins commune à cet âge, on devra surveiller avec plus d'attention les causes qui peuvent la produire, et surtout la funeste habitude de l'onanisme. Il faudrait, dans ce cas, les priver de la solitude qu'ils recherchent, exercer leurs membres par une gymnastique convenable, et les disposer au sommeil par la fatigue.

L'*adolescent*, jusqu'alors objet des caresses de ceux qui l'entouraient,

n'a point encore été trompé par ses semblables, ni froissé par les malheurs. Aussi, nous le trouvons crédule, expansif, sensible, bienfaisant et généreux. Plein d'espérance pour l'avenir, il embellit sa vie des prestiges d'une imagination brillante. Avec le développement de nouveaux organes, on voit apparaître chez lui d'autres facultés et d'autres besoins. Une passion nouvelle vient aggrandir et maîtriser son existence, mais il la méconnaît encore, et son âme, égarée dans le vague des désirs, projette sur son caractère une teinte de mélancolie et d'ennui. Dans cet état, si difficile à décrire, il se demande ce qu'il veut et ne peut se répondre ; le spectacle d'une eau limpide, d'une verte prairie, d'un site romantique, d'une caverne sombre, tout dans la nature l'enchante, le transporte et lui semble remplir dans son âme un vide qui persiste toujours. Il recherche la solitude, et, le cœur oppressé par un surcroît de vie, il promène ses rêveries sur l'idéal objet de ses vœux. *Rousseau*, sur les bords du lac de Genève, à Vévay, fut atteint de cette mélancolie, si tranquille et si douce : « Mon cœur, dit-il, s'élançait avec ardeur à mille félicités innocentes, je m'attendrissais, je soupirais et pleurais comme un enfant. Combien de fois, m'arrêtant pour pleurer à mon aise, assis sur une grosse pierre, je me suis amusé à voir tomber mes larmes dans l'eau. »

La jeune fille, de son côté devenue solitaire, rêveuse et pensive, s'abandonne aux langueurs d'une douce mélancolie. Écoutons la peinture qu'un espagnol nous fait de son état : « Elle est toujours prête à mourir et prête à vivre, prête à pleurer et prête à rire, prête à bouder et prête à jaser ; elle ne veut rien faire et ne veut pas se reposer ; s'il est matin, ah, ciel ! quand sera-t-il nuit? Et s'il est nuit, hélas, mon Dieu ! quand sera-t-il jour? Et puis elle ne voudrait jamais que le soleil se lève, ni qu'il se couche, ni que l'horloge frappe. Tout lui déplaît, et ce qui lui plaît n'est pas encore ce qu'elle veut; elle a faim et ne peut pas manger ; elle baille et ne peut pas dormir ; elle est malade ; elle ne peut pas se soutenir, et puis elle ferait cent lieues ; elle a peur d'une feuille, et puis elle irait à minuit au milieu d'un bois. »

C'est alors qu'à l'approche d'un jeune homme, l'incarnat de la pudeur *naissante* vient décéler les sentimens nouveaux qui l'agitent. Honteuse et étonnée du trouble qu'elle éprouve, elle s'échappe quelquefois afin de se livrer à son aise aux mouvemens de son cœur. Tantôt, dans la solitude où son penchant l'entraîne, son âme, dévorée par le besoin d'aimer, se plaît à se créer l'image de l'être intéressant qui doit mettre fin à ses maux, et dans une délicieuse rêverie, elle semble se dire, comme la Sophie d'Émile : il existe, il vit, me cherche peut-être, il cherche un âme qui le sache aimer. Tantôt dans l'isolement où la contrainte, inaccessible à l'idée du seul objet qui peut répondre à son amour, elle porte ses pensées vers la divinité. C'est une chose remarquable que la tendance à la contemplation des choses célestes, à cet âge. « Alors, dit *Cabanis*, toutes les affections aimantes se transforment facilement en religion, en culte ! On adore les puissances invisibles, comme sa *maîtresse ;* peut-être uniquement parce qu'on adore ou qu'on a besoin d'adorer une maîtresse, parce tout remue des fibres devenues extrêmement sensibles, et que cet insatiable besoin de sentir dont on est tourmenté ne peut toujours se satisfaire sur des objets réels. »

Mais au milieu de cette mélancolie, à la fois si pénible et si douce, la santé peut recevoir de profondes atteintes, et c'est alors, surtout, qu'on observe la monomanie par amour ou par exaltation religieuse. Quelquefois, chez la jeune fille, la menstruation s'établit avec peine ou se dérange, ses yeux se cernent, une langueur générale survient et va porter l'alarme au cœur de ses parens.

A mesure que l'homme avance en âge, de nombreuses sources de chagrins s'élèvent avec lui. D'abord volage, il veut goûter de tout au banquet de la vie, et la variété des mets l'empêche de se fixer sur aucun. Souvent ses succès le rendent présomptueux et le conduisent à noyer son bonheur dans les travers d'un amour malheureux. La soif des honneurs et de la gloire l'enlève à ses douces rêveries ; il s'exagère son mérite et empoisonne son existence par l'idée de le voir méconnu.

Dans l'*âge viril*, les organes abdominaux reprennent leur empire; c'est le temps des plaisirs de la table et de l'obésité; c'est aussi celui de la mélancolie. Les soins de familles qui l'assiégent de toutes parts, l'ambition et l'avarice qui le dévorent, déversent sur sa vie le déplaisir, les disgrâces et les soucis rongeurs.

Dans la *vieillesse*, aux passions fortes et impétueuses en ont succédé d'autres plus modérées. l'homme, au soir de sa vie, et fatigué de ses travaux, n'aspire plus qu'après le calme du cœur et le repos de l'âme. Trop souvent élevé à l'école du malheur, il met ordinairement à profit les rudes leçons de l'expérience, et veut couler en paix le reste de ses jours; mais il redevient acccessible à la crainte, compagne inséparable de la faiblesse. Les mauvais procédés et les injustices des hommes l'ont rendu méfiant et soupçonneux; l'avarice et l'égoïsme l'assujettis à leur empire.

Plus tard, tous ses sens externes sont affaiblis; ses facultés intellectuelles sont presque anéanties, et l'existence végétative dont il jouit encore languit de jour en jour. La nature, sage et bienveillante, en émoussant d'abord chez le vieillard les sources de la sensibilité, et en lui ravissant presque jusqu'au sentiment de son être, a voulu fermer ses yeux sur l'abime où il va s'engloutir, et par une gradation insensible le conduire mollement, à son insçu, de la *décrépitude* à la mort.

Des sexes. Si les passions de l'homme ont plus de force et de durée, c'est aussi chez lui qu'elles laissent les plus profondes empreintes. La femme a dans son caractère quelque chose d'incertain, d'affectueux et de tendre, qui dépend tout à la fois de son organisation et de l'éducation qu'elle a reçue. « Chacun sait, dit *Roussel*, qu'une bouche faite pour sourire, des yeux animés par la gaîté, des bras plus jolis que redoutables, un son de voix qui ne porte à l'âme que des impressions touchantes, ne sont pas faits pour des passions haineuses et violentes. « Son cœur aimant et sensible, est toujours ouvert aux sentimenr de bienfaisance et de pitié, et l'expression affectueuse qui règne

dans ses traits, attire de préférence vers elle les regards supplians du malheureux. Destinée à ne jouer dans la nature qu'un rôle secondaire auprès de l'homme, elle sait triompher de lui par son esprit et par ses charmes, et c'est par sa douceur qu'elle l'assujettit à son empire et le retient sous ses lois. « Ses ordres sont des caresses, a dit l'éloquent genévois, et ses menaces sont des pleurs. » Il était juste que l'homme payât un tribut de reconnaissance et d'amour à celle qui le nourrit dans son enfance, et veille avec tant de tendresse autour de son berceau ; à celle qui dirige ses premiers pas, qui l'aide de ses conseils, qui partage avec lui le plaisir et les malheurs de la vie, qui soigne et soutient sa vieillesse ; c'est elle aussi qui a le plus d'empire sur son âme, et qui peut plus facilement ranimer son courage. Non, rien n'adoucit autant nos peines et nos malheurs, que de savoir qu'une personne aimable n'y est pas indifférente, et tous nos maux disparaissent auprès de celle que nous aimons.

Mais si la douceur et surtout la mobilité et l'enjouement naturel du caractère de la femme semblent devoir la mettre à l'abri des chagrins ; dans sa vie toute d'amour, sa vive susceptibilité l'expose à des contrariétés sans nombre, que son exquise sensibilité lui exagère toujours. Voilà pourquoi, placée en seconde ligne sous le rapport de l'impression durable que font sur elle les affections tristes et craintives, elle se trouve cependant par le fait même des contrariétés et des peines domestiques la plus sujette à la folie. Voilà pourquoi l'amour malheureux, et toutes les affections pénibles qui s'y rattachent, telles que les regrets, la jalousie, l'amour propre outragé, la perte de la beauté, etc., etc., sont chez elles les causes les plus fréquentes de la mélancolie, de l'hypochondrie, etc.

Tempéramens. En parcourant la succession des systèmes relatifs aux tempéramens, on s'aperçoit bientôt que leur base seule a varié, et que, malgré des différences apparentes, il est des nuances bien distinctes que l'observation a toujours reproduites. Que les anciens aient attribué le tempérament mélancolique à la combinaison du chaud

avec l'humide, les humoristes à la prédominance de l'atrabile, *Hallé* à un état particulier des viscères hypochondriaques, et à un mode spécial de sensibilité du centre nerveux épigastrique, nous sommes forcé d'avouer que les fondemens de toutes ces théories sont également vagues et obscurs; et cependant nous ne pouvons méconnaître que, par le fait seul de la constitution, on ne puisse être plus enclin à la tristesse, à la mélancolie, à l'hypochondrie, etc. *Cabanis* attribue le tempérament mélancolique à la prédominance de l'appareil digestif, jointe à la constriction habituelle du système épigastrique et à une résistance des solides, que la langueur de la respiration accroît de plus en plus. Nous croyons, avec M. *Richerand*, pouvoir reconnaître dans ses caractères une sorte de fusion des constitutions nerveuse et bilieuse, jointe à un embarras de la circulation abdominale. Je me borne à retracer ici les traits les plus généraux que les auteurs en aient donnés.

Le mélancolique a une stature grande ou moyenne, une peau sèche et garnie de poils noirs, surtout aux membres; une poitrine étroite, un visage pâle et allongé; des yeux grands et langoureux dans la jeunesse, sombres dans un âge plus avancé; son regard est inquiet et timide; la plupart de ses fonctions s'exécutent avec irrégularité et lenteur; son appétit est très-variable; ses digestions sont tantôt actives et tantôt languissantes; sa circulation est difficile et embarrassée; son pouls est petit et lent; ses extrémités sont froides: on lui attribue généralement une grande aptitude aux plaisirs vénériens.

Au moral, le mélancolique est discret, modeste, triste, rêveur et solitaire: jeune encore il est déjà prudent, grave, défiant et rusé; ses passions sont fortes et durables; son âme est aimante, mais il ne prodigue pas son amitié, qui d'ailleurs est constante. Il tient du nerveux sa susceptibilité, et du bilieux son aptitude à la réflexion et sa ténacité; son imagination ardente lui représente les objets sous les couleurs les plus vives, et il excelle à parler le langage du cœur: aussi en a-t-on fait un séducteur dangereux pour les femmes, auprès desquelles il n'est souvent que timide; sa susceptibilité fait que tout le choque au dehors, et qu'il ne se trouve bien qu'avec lui-même;

aussi aspire-t-il au repos d'une vie contemplative, et devient-il souvent morose et misantrope ; alors il aime à s'égarer dans les bois et les lieux solitaires; il aime à rester seul, tant qu'il ne trouve pas un ami qui puisse le comprendre, qui le supporte avec bonté, complaisance et douceur.

Le bilieux, comme le mélancolique, privé de ces dehors frivoles qui font le charme de la société, porte un caractère soucieux et réfléchi qui le rend apte aux études sérieuses et profondes ; l'ambition et le désir de la gloire, la dissimulation, la jalousie, la persévérance sont ses qualités éminentes. Audacieux dans ses projets, il en poursuit l'exécution avec la plus opiniâtre constance, et la fermeté de son caractère qui le conduit aux honneurs, le soutient dans sa chute. Marius, élevé d'un rang obscur au faîte des grandeurs, et de là retombé dans la misère, où l'adversité le poursuit sans relâche, ne perd rien de sa fierté naturelle, et du fond de son cachot, où il est chargé de chaînes, son regard fait encore trembler ses ennemis, et paralyse le bras de ses bourreaux. Errant et fugitif sur les débris de Carthage, couvert des haillons de la misère, au milieu des souvenirs tristes et douloureux de sa grandeur passée, il répond encore en vainqueur aux ordres qu'on lui fait intimer, conserve l'espérance, fomente de nouveaux projets, et rentre enfin dans sa patrie pour s'y abandonner aux fureurs de la vengeance.

Le nerveux, dans son excessive faculté de sentir, habile à se créer un fantôme de bonheur qu'il ne saurait atteindre, réunit aux tourmens des sensations douloureuses qui le frappent si vivement, ceux de ses désirs qu'il ne peut satisfaire. Si sa grande mobilité laisse peu de durée aux impressions pénibles, sa vive susceptibilité les renouvelle avec assez de fréquence pour troubler à chaque instant son repos; et, pour n'en citer qu'un exemple, son amour, affectueux et tendre s'alarme avec facilité des apparences les plus légères, et livre incessamment son âme aux pénibles angoisses d'une jalousie toujours éteinte et toujours renaissante.

Chez le sanguin, que distinguent l'énergie des appareils respiratoire

et circulatoire, l'activité des fonctions produit ce sentiment délicieux de bien-être qui semble compenser tous les maux. Doué de cette inconstance et de cette agilité de l'esprit et du corps qui le rend peu capable de méditations profondes, les chagrins auront aussi peu d'empire sur son âme, qui les abandonne aussitôt pour voler à des sensations nouvelles. Agréable apanage de la jeunesse, cette constitution produit les plus heureux des hommes. Vifs, passionnés, délicats en amours, mais volages, dit M. *Richerand*, chez eux le dégoût suit de près la volupté, méditant l'abandon au milieu des plus enivrantes caresses, ils échappent à la beauté au moment où elle croyait les avoir liés par une chaîne durable.

L'athlète, qui n'acquiert la force prodigieuse dont il est doué qu'aux dépens de sa sensibilité et de son intelligence, me semble encore peu propre aux impressions profondes que laisse l'infortune.

Le lymphatique, quelle que soit la cause organique qu'on asigne à son caractère, ignore également les peines et les plaisirs du cœur; insensible au récit d'une action sublime qui transporte les autres, il se renferme dans le cercle étroit que lui assigne sa paresse, et s'endort paisiblement sur ses malheurs comme après ses plaisirs.

Au reste, n'oublions pas que ces constitutions, comme les caractères moraux qui les accompagnent dans tous les cadres physiologiques, ne sont que des types modèles dont l'homme s'approche plus ou moins, et toujours dans des combinaisons diverses; que nous devons tenir compte des circonstances dans lesquelles il se trouve placé, des travaux, du climat et du régime auquel il est soumis, et surtout de l'éducation et des habitudes sociales qui, tout en modifiant la constitution, font que nous rencontrons bien plus souvent des ressemblances dans le moral que nous ne trouvons ce moral exactement adapté aux dispositions du physique.

DEUXIÈME PARTIE.

De l'influence de la tristesse dans la production des maladies et et pendant leur cours.

Cette seconde partie n'étant pas encore commencée, et exigeant des recherches et une application auxquelles il m'est impossible de me livrer, je me borne à la remplir par *quelques* propositions.

I.

Dans un grand nombre de cas le cancer de l'estomac, les lésions organiques des intestins, de la rate, du foie, l'ictère, etc., sont le résultat de l'influence des affections tristes sur l'appareil digestif.

II.

Partout où le système nerveux n'est pas assez excité et le sang suffisamment réparé, le scorbut peut prendre naissance; aussi a-t-on remarqué que les affections tristes le produisent souvent et l'aggravent toujours, et qu'il n'est point (surtout alors) de meilleurs anti-scorbutiques que la joie et l'espérance.

III.

La tristesse, en supprimant les transpirations, peut amener à la longue l'œdème, l'anasarque, l'ascite, etc. ; la répercussion de ces transpirations peut donner lieu à la diarrhée, comme l'a remarqué *Baglivi.*

IV.

L'embarras de la circulation et l'accumulation du sang dans le cœur et les gros vaisseaux peuvent amener les anévrysmes de ces organes, donner lieu à diverses congestions, et surtout aux congestions et aux apoplexies pulmonaires, et déterminer mécaniquement une dyspnée, qu'on a souvent regardée comme nerveuse.

V.

Les accidens déterminés par la morsure des animaux enragés ou venimeux sont en général d'autant plus graves que l'imagination du malade a été plus vivement frappée, et qu'il se livre davantage à la tristesse et à la crainte.

VI.

La tristesse chez la femme peut retarder ou déranger la menstruation, prolonger le temps de la grossesse, ralentir le travail de l'accouchement, et ne livrer au jeune nourrison qu'un lait insuffisant ou nuisible; de là une foule d'affections qui pourront naître de ces désordres, selon les diverses circonstances qui les accompagneront; de là la chlorose et l'aménorrhée, l'hystérie, les pertes utérines, la péritonite puerpérale, etc., etc., etc.

VII.

Pendant le traitement des plaies qui suppurent, les affections tristes, en détournant les efforts salutaires de la nature, peuvent donner lieu à de graves métastases, et déterminer dans quelques cas ce changement funeste connu sous le nom de *pourriture d'hôpital.*

VIII.

S'attrister en toute maladie est un mal. Cette sentence du père de la médecine renferme toute l'histoire de l'influence des affections tristes pendant le cours des maladies. Il faut cependant y faire une exception pour quelques individus doués d'un tempérament ardent et très-excitable, exposés à des irritations vives, à des hémorrhagies pulmonaires, etc., une tristesse modérée leur est souvent plus avantageuses que les secousses de la joie et du plaisir.

TROISIÈME PARTIE.

De quelques moyens propres à dissiper la tristesse.

S'il est beau, mais difficile, de ranimer le courage dans un cœur où il est près de s'éteindre, et de rappeler le sourire sur des lèvres d'où les malheurs semblaient l'avoir à jamais banni; s'il est plus difficile encore de rendre à une imagination aigrie par la souffrance le calme et la gaîté qu'elle n'a plus, c'est en même temps une tâche noble et satisfaisante, mais que tous les hommes ne sont pas égale-

ment aptes à remplir. La sensibilité, cet heureux don de la nature, qui nous fait compâtir aux maux des autres, doit être la première vertu du médecin : c'est elle qui remplace le sentiment du malheur chez celui qui ne l'a pas éprouvé; car ces liens si doux d'une louable sympathie qui portent l'un vers l'autre deux êtres malheureux nous disent assez que l'infortune ouvre notre âme aux sentimens de la bienveillance et de la pitié :

..... *Miser, miseris succurrere disco.*

C'est en prêtant une oreille attentive aux récits de ses malades, c'est à l'aide de cette expression de douceur et d'affabilité dans laquelle nous saisissons l'intérêt qu'on prend à nos maux, que le médecin sait gagner leur confiance, si favorable au but qu'il se propose; et c'est en puisant dans la sensibilité de son cœur qu'il dissipe leurs craintes, relève leur espoir, et fait passer sur des traits où se peignaient l'épouvante et l'horreur de la mort le calme et la sérénité des siens.

Mais ce serait peu que ces qualités naturelles, si le médecin n'y joignait une étude approfondie du moral de l'homme, et les moyens qu'il devra mettre en usage lui seront suggérés par la disposition morale de son malade, autant que par les circonstances dans lesquelles il se trouve placé : soit que, nouvel *Érasistrate*, il ramène un autre Antiochus des portes du tombeau; soit qu'en faisant naître d'heureuses illusions il efface adroitement d'amers souvenirs, toujours en pénétrant jusqu'aux replis les plus cachés de son cœur, il peut y découvrir la source de ses maux et porter sur sa plaie un baume salutaire.

Tout ce qui peut produire l'enjouement et la gaîté, en détournant notre âme de ses lugubres pensées, en portant une douce excitation aux organes de la sensibilité, imprime à nos fonctions un mouvement salutaire. La joie épanouit nos tissus, facilite la respiration et l'hématose, et le sang, revivifié par elle et circulant plus librement, va reporter à son tour au cerveau sa bienfaisante influence. « Si les dieux de l'Olympe sont immortels, dit *Virey*, c'est parce qu'ils jouissent d'un rire

inextinguible à la vue de l'incorrigible vanité des mortels. Il cite Démocrite, qui vécut plus d'un siècle en se mocquant sans cesse de la folie humaine, tandis que le triste Héraclite, en s'appitoyant toujours sur le spectacle de nos misères, succomba bientôt à sa douleur. Je suis loin de penser que les pauvres humains soient ainsi pour les dieux de l'Olympe un sujet continuel de risée, et d'ailleurs je n'oserais conférer à la joie le pouvoir de créer l'immortalité; mais je suis persuadé qu'elle peut avoir la plus grande influence sur la durée de la vie.

Mais tous les moyens de distraction qu'on a coutume de mettre en usage ne conviennent point à une âme aigrie par les chagrins et plus disposée à s'offenser de la joie des autres qu'à s'égayer avec eux. Alors le malheureux cherche à cacher ses larmes dans la solitude, loin du tumulte d'un monde qui ne comprend pas sa douleur : en s'y rassasiant pleinement de ses malheurs, il y trouve quelquefois les consolations dont son cœur a besoin, et c'est avec raison qu'on a dit : *Est quædam flendi voluptas.* Oui, c'est avec quelque charme que, dans le silence de la retraite, nous nous abandonnons sans contrainte aux souvenirs déchirans qui font le tourment de notre vie; oui, c'est avec quelque charme que nous repassons en secret, et dans l'amertume de notre âme, les tendres sentimens d'un cœur qui ne bat plus, et qu'entourés des marques de sa tendresse nous nous reproduisons l'image du bonheur que nous avons perdu; oui, lorsque les yeux fixés sur un papier que nous baignons de nos pleurs nous relisons mille fois des pensées que traçait une main chérie, les heures coulent avec rapidité, et nous rendons le calme à notre cœur en nous occupant sans cesse de l'objet dont il déplore la perte.

La solitude est un refuge pour les âmes douces et aimantes qui se plaisent avec le souvenir de l'objet aimé, qui aiment à semer des fleurs et à cultiver des roses sur les tombeaux de leurs amis, et qui ont assez de courage pour ne pas se laisser abattre par le chagrin et les disgrâces; mais lorsque notre âme, brisée par le chagrin et la mélancolie, ne peut envisager sans frémir toute l'étendue de son malheur, la solitude peut devenir dangereuse, et nous devons éviter

avec soin ses trompeuses amorces ; lorsque, doués d'une sensibilité vive et d'une imagination ardente, nous ne retirons de nos rêveries solitaires que l'abattement et le dégoût de la vie ; lorsque tout autour de nous devient lugubre et désert, et que tous les plaisirs nous paraissent anéantis pour jamais, c'est alors que, bénissant la main secourable d'un ami, nous pouvons nous écrier avec *Zimmermann :* « Ah ! la solitude offre bien rarement des consolations au malheureux dont la tombe a englouti l'unique objet de ses affections, qui voit toujours devant lui une ombre adorée, qui renoncerait à toutes les félicités de la terre pour entendre encore une seule fois la voix dont les douces intonations ne flattent plus son oreille, qui noie toutes les facultés de son âme dans les larmes, et qui ne connaît, ne sent plus rien, si ce n'est la douleur et le désespoir ! »

Certaines substances, en excitant nos sens, jouissent de l'heureuse propriété de dissiper nos chagrins et de nous faire oublier, au moins momentanément, nos misères. C'est ainsi que les Orientaux, au moyen de leurs breuvages opiacés, se plongent dans ces rêveries extatiques et dans cet inexprimable état de bien-être qui découvre à leur imagination attristée les plus riants tableaux. Le café, le vin et les liqueurs spiritueuses, pris avec modération, peuvent aussi réveiller en nous l'enjouement et la gaîté :

> Le vin donne à nos sens une chaleur plus vive ;
> Il appelle la joie, il chasse les soucis.
> Le pauvre, un verre en main sur le trône est assis,
> Le chagrin s'éclaircit et le front se déride.
>
> OVIDE, Art d'aimer, liv 1^er^., trad. SAINT-ANGE.

Mais nous savons que ce penchant de l'homme à *noyer* dans le vin ses sombres pensées le conduit quelquefois aux plus fâcheux excès ; et qu'autant, lorsqu'il est pris en petite quantité, il dispose aux affections douces, à l'allégresse, à l'amour, autant, lorsqu'on en abuse, il excite aux passions violentes, aux emportemens de la colère, aux transports de la frénésie, et mène lentement à l'abrutissement, à la démence et à la stupidité.

Étude. L'étude, disait Aristote, fournit un ornement dans la prospérité, c'est un réfuge dans l'adversité. Mais si l'étude peut quelquefois nous rendre le calme et la sécurité que nous avons perdus, il faut pour cela qu'on dirige nos travaux vers un but favorable; et c'est alors surtout que le médecin doit reconnaître la nécessité de ne pas borner son savoir aux préceptes rigoureux de son art, et sentir qu'il peut et doit puiser dans toutes les branches des connaissances humaines des leçons profitables. Loin de faire diversion à nos tristes pensées, la lecture de certains ouvrages, en nous offrant sous des couleurs qui nous plaisent la teinte de notre âme, augmente nos angoisses et nous abreuve à longs traits du dégoût de la vie. M. de Châteaubriand reproche à J.-J. Rousseau d'avoir introduit le premier ces rêveries si désastreuses et si coupables, et d'avoir, en s'isolant des hommes, en s'abandonnant à ses songes, fait croire à une foule de jeunes gens qu'il est beau de se jeter ainsi dans le vague de la vie. Je ne sais si, malgré les nobles intentions qui ont dicté le René de cet illustre écrivain, il serait bien prudent de le laisser entre les mains de certaines personnes; et on sait quelles funestes catastrophes ont trop souvent suivi la lecture du roman de Werther, etc.

La philosophie, en modérant la fougue de nos passions, nous fait éviter, au moins en partie, le triste cortége d'infirmités et de misères qu'elles entraînent à leur suite. Crésus, qui, du sein de ses trésors et de sa magnificence, avait méprisé la sagesse, bénissait, sur le bûcher, en reconnaissant, mais trop tard, la fragilité de sa grandeur, les avis qu'il en avait reçus. Elle peut tremper notre âme contre le malheur et relever notre courage abattu. Mais ce serait envain qu'on chercherait à étouffer avec elle les sentimens de la nature; et Solon, s'arrachant les cheveux et déchirant ses habits chez Thalès, à la fausse nouvelle de la mort de son fils, nous donne un triste exemple d'une âme forte et courageuse luttant avec désavantage contre l'adversité qui l'accable.

Promenades. La promenade est la partie principale des exercices

consacrés à la santé dans les climats tempérés. Elle agit à la fois sur le moral et par l'entremise du physique et d'une manière directe : elle est la source des plus vives jouissances pour le convalescent, qu'elle charme et attendrit ; elle offre à l'homme oisif le moyen de calmer ses ennuis ; elle jette quelques nuances sur la vie monotone des personnes sédentaires ; elle procure à l'homme de lettres un délassement à ses travaux, et fait une agréable diversion aux soucis du malheureux. Dirigée par des mains habiles, elle peut rompre des habitudes vicieuses en provoquant des sensations nouvelles, et modifier le physique en l'exerçant et en changeant les impressions morales. Et c'est encore au médecin qu'il appartient de fixer le lieu, le genre, l'heure et la durée de cet exercice ; c'est lui qui doit réunir les connaissances nécessaires pour en tirer avantage. Des pensées bien diverses occuperont l'esprit de son malade transporté dans des lieux incultes et solitaires ou dans des plaines riantes et fertiles, dans de sombres et agrestes vallons ou sur d'agréables coteaux. « Sur les hautes montagnes, écrivait, des monts du Valais, Saint-Preux à sa tendre Julie, les désirs sont moins ardens, les passions plus modérées. Les méditations y prennent je ne sais quel caractère grand et sublime proportionné aux objets qui nous frappent, je ne sais quelle volupté tranquille qui n'a rien d'âcre et de sensuel..... on y est grave sans mélancolie, paisible sans indolence, content d'être et de penser. »

Le printemps et le matin conviennent mieux à une âme affligée : mais les saisons, dans leur marche rapide, se pressent et se succèdent, et le médecin ne peut que profiter de leur passage ; les heures, plus rapides encore, se présentent plus souvent à sa disposition. Quelle source de voluptés le printemps ne nous offre-t-il pas dans une promenade champêtre au matin d'un beau jour ! A cet aspect riant de la nature embellie de tous ses charmes, le malheureux sentira son âme se rouvrir à l'espérance et à la félicité ; la vue de ces coteaux émaillés de fleurs dissipera les sombres nuages qui obscurcissaient ses yeux ; bientôt on renaît à la vie, et on ne veut plus mourir au milieu d'un

air que parfument les plus suaves odeurs, tandis que l'oreille charmée recueille avec délices ces sons mélodieux qui signalent le réveil des habitans des airs.

On ne devrait point cependant lui permettre de s'abandonner seul aux rêveries que ce spectacle inspire; on devrait lui dire, comme Chactas à René : « Si tu crains les troubles du cœur, défie-toi de la solitude; les grandes passions sont solitaires, et les transporter au désert, c'est les rendre à leur empire. »

La promenade du soir est bien moins propre à modifier les idées sombres du mélancolique. L'astre de la lumière, en abandonnant notre horizon, invite tous les êtres au repos : les oiseaux se retirent en paix sous le feuillage; les fleurs, demi fanées, se penchent vers la terre. Ce silence de la nature qui précède son sommeil, ces ombres qui projettent sur elle un voile mystérieux, tout annonce à nos membres fatigués la destruction et la mort.

On devrait lui défendre, dans le même but, le spectacle imposant et sublime de la nature pendant la nuit. « Qui n'a senti mille fois, dans le silence d'une nuit profonde, une mélancolie sombre s'emparer, pour ainsi dire, de lui sans motif; les infirmités et les misères humaines lui arracher des larmes de pitié?... Et qui ne s'est trouvé le plus malheureux et le plus à plaindre des hommes? (1) » Aussi a-t-on remarqué que les suicides sont plus fréquens à cette époque du nyctemère. Crébillon composait dans les ténèbres ses horribles tragédies, et c'était aux pâles rayons de l'astre de la nuit que Letourneur cherchait à reproduire dans notre langue les inspirations qu'Young avait puisées dans les tombeaux (2).

Quant aux considérations relatives au genre de la promenade et à sa durée, elles sont trop intimement liées à l'état du malade pour que nous puissions nous en occuper ici. On n'ira pas, par exemple,

---

(1) *Rostan*, Él. d'hygiène, t. 2, p. 35.

(1) *Letourneur* traduisit les nuits d'Young à Valognes; il y travaillait souvent la nuit en ouvrant sa croisée, qui donnait sur un cimetière.

conseiller l'équitation à un malade affecté d'hydrothorax, d'anévrysme du cœur ou de dilatation de l'aorte, tandis que la promenade en voiture ou sur l'eau pourra lui être permise, etc.

Musique. Ève trouva dans les douces inflexions de sa voix les moyens de réparer sa faute en dissipant les chagrins de notre premier père. Cette origine de la musique ne semble-t-elle pas nous déceler son but? C'est avec elle que le bûcheron, dans la forêt, le vigneron sur les côteaux, le berger dans la plaine, allègent leurs travaux et charment leurs ennuis; c'est avec elle que loin de son amie on aime à reproduire les accens de sa voix et à hâter les heures du retour; c'est avec elle que le voyageur, dans les bois, au milieu du silence et de l'obscurité de la nuit, dissipe les frayeurs dont il ne saurait se défendre; c'est avec elle qu'on ranime le courage des soldats abattus par la fatigue et les revers; c'est encore elle qui console le malheureux, lorsque, privé des objets de ses affections et traînant péniblement ses douleurs sur la terre de l'exil, il tourne, avec attendrissement, vers le pays de son enfance, des yeux baignés de pleurs.

Chaque peuple a ses chants nationaux qui stimulent son ardeur, le guident à la gloire, et qui sur un sol étranger lui rappellent les douceurs de la patrie absente. On sait quels effets merveilleux a produits notre immortelle *Marseillaise;* on connaît l'influence qu'exerce sur les Suisses le chant du *Ranz des Vaches*, et l'ordre qui leur prescrivit de l'oublier sur une terre étrangère, parce qu'il les excitait à la désertion ou les rendait nostalgiques.

La musique active l'imagination; elle la réveille chez le vieillard où semblent l'avoir engourdie les ans et les infirmités. C'est surtout au son des airs qui charmaient sa jeunesse que se reproduit, dans son âme, l'image des plus beaux jours de sa vie et leurs plus délectables souvenirs.

En général, la musique nous égaie d'autant plus qu'elle est plus conforme à nos goûts et à nos habitudes; ainsi la robuste villageoise dansant au son rauque et pesant d'un archet mal conduit, se réjouit

et se délasse autant que l'élégante et vaporeuse citadine au plus harmonieux des concerts. Elle nous calme d'autant mieux, qu'elle s'accorde davantage à l'état de notre âme ; ainsi le mode mineur agit spécialement sur les individus tristes et langoureux, et la vague mélancolie d'une âme contemplative se complaît à la mélodie mystérieuse de nos chants sacrés.

Au reste, il est difficile de donner des préceptes spéciaux sur l'emploi thérapeutique de la musique ; c'est au médecin qui connaît l'état physique et moral de son malade à déterminer l'influence que peut exercer sur lui la musique mélodieuse et enjouée des Italiens, l'harmonie vigoureuse et sentimentale des Allemands, ou le mélange de leurs caractères qu'on retrouve dans les compositions de l'école française ; il doit connaître les effets du rythme, des modes, etc., et ne pas oublier que chez les personnes douées d'une excessive sensibilité, chez les femmes très-nerveuses, et surtout aux époques de la puberté, une musique tendre et trop passionnée, quand on s'y livre avec ardeur, peut produire ces accidens funestes dont les filles de Grétry nous ont effert de si touchans exemples.

C'est principalement dans les maladies produites par les passions tristes que la musique peut être employée avec avantage : en réveillant notre sensibilité, en rendant un libre cours à nos pleurs, elle a produit quelquefois les effets les plus salutaires dans cet état de stupeur et d'anéantissement que produit une affliction profonde, et dont nous avons parlé. Sans m'arrêter aux guérisons merveilleuses qu'accrédita l'ignorance et que repousse le bons sens, je ne puis m'empêcher de citer, en terminant, l'exemple de ce père infortuné dont M. *Fournier Pascey* nous a transmis l'histoire : doué d'une forte constitution, et livré à des occupations sérieuses, il perdit un fils unique qu'il aimait avec idolâtrie. Tout entier à son malheur, il éprouva bientôt de vives douleurs aux hypochondres ; un ictère se manifesta ; ses souffrances s'aggravèrent, et il se vit forcé de renoncer aux devoirs qu'il avait à remplir dans la société. Il avait perdu l'appétit ; et au bout de trois mois le degré de faiblesse auquel il était arrivé ne sem-

blait devoir lui laisser que le sentiment de sa fin prochaine. Pressé continuellement par le besoin de pleurer, il n'avait pu jusqu'alors le satisfaire. Il avait abandonné la musique, qu'il aimait et qu'il cultivait habituellement. Un jour que, renfermé dans son cabinet, le hasard offrit à sa vue l'admirable oratorio de Paësiello intitulé *la Passion*, il se ressouvint qu'il renfermait un air en *fa* bémol, de l'expression la plus touchante, et qu'il n'avait jamais exécuté sans s'atendrir : il essaya ce morceau, qui porta dans son âme la plus vive émotion, et des ruisseaux de larmes coulèrent de ses yeux; il recommença dix à douze fois; enfin, fatigué du chant et des pleurs qu'il lui avait fait répandre, pour la première fois un sommeil profond et réparateur vint fermer sa paupière; et, en se réveillant, ce sensible et malheureux père éprouva pour la première fois le besoin de manger. Il continua pendant plusieurs jours le même moyen, et bientôt il se vit délivré de ses maux physiques, en conservant toujours la blessure de son cœur, que le temps peut pallier, sans doute, mais que la mort seule peut guérir.

Danse. Quelque ridicule que paraisse au premier abord l'exercice de la danse, il faut bien qu'il soit naturel, puisqu'on le retrouve dans toutes les nations civilisées et chez tous les peuples anciens. Considérée comme gymnastique, la danse, en procurant à l'organisation plus de force et de vigueur, en corrigeant certaines difformités, peut réagir d'une manière secondaire sur la moral. Le philosophe de Genève ne voulait point qu'on apprit à son Émile à faire des *gambades*, il préférait le faire sauter lestement de monticule en monticule; cependant il ne faut pas croire que cet exercice soit aussi propre que la danse à corriger certaines attitudes vicieuses que celle-ci fait quelquefois entièrement disparaître. Mais sous le rapport de la médecine morale, la danse présente l'avantage de réunir à un exercice salutaire une distraction agréable; partage heureux de la jeunesse, elle préside à la gaîté de ces réunions aimables, où elle convient si bien au caractère enjoué et frivole du sexe qui en fait le charme et l'or-

nement. Au contraire, le soucieux mélancolique, l'homme triste et malheureux s'éloignent avec soin de ses bruyans plaisirs et cherchent le repos quand on les abandonne à eux-mêmes. Nous ne pouvons nous étendre plus longuement sur les considérations relatives à l'emploi de cet exercice, et nous dirons seulement qu'il serait à souhaiter que le temps qu'on a coutume d'y consacrer, l'espace trop resserré dans lequel on s'y livre, etc., fussent plus favorables à la santé; que les femmes suivissent toujours les règles de la prudence, qui leur prescrit de s'en abstenir pendant les règles, l'allaitement et la grossesse, et que les personnes atteintes d'anévrysme, de phthisie confirmée, de maladies des reins ou des testicules, celles disposées aux hémorrhagies et aux maladies inflammatoires ne s'y livrassent jamais.

Satisfaction des désirs. La satisfaction des désirs suffit presque toujours pour rappeler à la vie des malheureux qu'ils ont conduits sur les bords de l'abîme, témoin ce jeune habitant de nos campagnes, que le sort appelle à la défense de la patrie loin du toît paternel. Morne et silencieux, rêveur et solitaire au milieu des plus vastes et des plus somptueuses cités, le souvenir de la chaumière où il reçut le jour occupe seul sa pensée, seul embrasse tous ses vœux; ces bals tumultueux et leurs brillans décors ne peuvent remplacer dans son âme le chêne hospitalier qui prêta son ombrage aux jeux de son enfance, et qui rassemble encore chaque soir sous son feuillage le cercle villageois auquel il fut ravi. Vous que les lois ou fait arbitres de son sort, soyez touchés de sa misère (1), rendez à ses foyers celui qui ne peut plus vous prêter son appui; son bras peut encore redevenir

(1) C'est avec douleur que j'ai vu naguère, dans un hôpital militaire de Paris, le médecin passer avec indifférence auprès de deux de ces malheureux, et quelques assistans rire de leur état. Ah! s'ils savaient tout ce qu'un cœur aimant peu souffrir lorsqu'il est en proie aux tourmens des regrets et de l'ennui de son pays, le leur serait plus accessible aux sentimens de la pitié!

utile à la patrie si vous ne l'en privez par votre inflexible rigueur : à peine aura-t-il revu le clocher de son village, à peine aura-t-il pressé dans ses bras les auteurs de ses jours, et épanché dans leur sein les larmes que son cœur avait besoin de répandre, que la vie, la santé, le bonheur reparaîtront pour lui, et bientôt vous pourrez offrir à la patrie la force et le courage que vous lui aurez rendu. « Tout se trouve, dit M. de Châtaubriant, dans les rêveries enchantées ou nous plonge le bruit de la cloche natale; religion, famille, patrie, et le berceau et la tombe, et le passé et l'avenir. »

Jetons les yeux sur cet autre infortuné, dont notre égoïsme et nos coutumes ont causé la misère. Elle était douce, aimable et belle, celle qui fixa ses désirs; il était bon, sensible et généreux, la nature lui permit de l'aimer, il osa s'abandonner au penchant de son cœur; mais il n'a ni rang, ni fortune, et la nature ne l'avait pas prévu. On l'arrache à l'objet de ses vœux; relégué loin du seul être qui concentrait sa vie, accablé sous le poids de son malheur, il se consume et dépérit; toutes ses fonctions languissent. Le vif et brillant coloris de la jeunesse a fait place au teint blême de la tristesse et du désespoir, et s'il a le courage de supporter la vie, les rides de la vieillesse viennent sillonner son jeune front; ses yeux, comme dégoûtés de la lumière, s'enfoncent dans leur orbite, ses joues se cavent, une maigreur affreuse s'empare de son être, et bientôt l'infortuné va descendre dans la tombe, victime de son amour et de sa pauvreté.

Et cependant un sourire de la beauté qui l'enchante et qui voudrait pouvoir l'aimer, le sacrifice de quelques pièces d'or dont on n'avait pas besoin pourraient le rappeler à la vie et à la félicité !

L'espérance. L'espérance est l'état de l'âme le plus favorable à la santé; dans une maladie incurable, elle nous conduit à la mort par des sentiers fleuris : affligés, elle nous anime et nous console; elle peut nous faire traverser avec courage une vie entière d'infortune et d'ennuis; c'est elle qui soutient la victime du fanatisme religieux, au milieu des privations et des souffrances dont il se plaît à s'entourer. Transportons-nous auprès du lit de douleur de ce pieux cénobite qui, fai-

sant de la vie un long supplice expiatoire, se rendit malheureux dans l'espoir d'un plus bel avenir ; il touche au terme de ses épreuves ; la voix d'en haut l'appelle dans ces contrées de bonheur et de gloire après lesquelles il a tant soupiré ; il entrevoit avec délices le terme des misères humaines, et, malgré les maux qu'il endure, le principe de la vie semble s'exhaler de ses lèvres à travers le sourire de l'espérance et du bonheur.

L'existence d'une autre vie est une source féconde d'idées consolantes, à laquelle l'infortuné aime à puiser son courage ; elle le ranime dans ces tristes et douloureux momens de la destruction de son être, lorsque, la tête appuyée sur le sein d'une épouse adorée, il promène avec attendrissement ses regards ternes et languissans sur les objets de ses affections et de son bonheur, et que les pleurs qu'il voit dans tous les yeux ont rendu plus cruelle l'idée d'un éternel adieu. Il serait méchant et coupable ; il prouverait qu'il ignore l'influence du moral sur le physique de l'homme, et les avantages qu'on a droit d'en attendre quand on sait bien la diriger, celui qui refuserait les secours d'une religion au mourant qui porte vers elle ses espérances et ses vœux. Mais il serait aussi coupable celui qui, abusant du trouble de son âme, chercherait, dans un zèle indiscret et exagéré, à le ramener, par des frayeurs dangereuses, à des sentimens qu'il n'a pas. Certes, porter des consolations au malheureux qui lutte avec la mort, semer de quelques fleurs ses plus cruels momens, adoucir les tourmens d'une séparation affreuse et lui dissimuler les horreurs du trépas, c'est remplir la tâche la plus pénible et la plus belle pour un cœur sensible et vertueux. Mais, lorsque les heureuses chimères dont il se plaît à se bercer peuvent encore aider son rappel à la vie, dévoiler à ses yeux tous les dangers qui l'environnent, et soulever, devant une imagination affaiblie par la souffrance, le rideau mystérieux d'une effrayante éternité, c'est méconnaître les lois de la nature, et prouver qu'on est indigne du caractère dont on est revêtu. Je pourrais rapporter ici plusieurs exemples déplorables de cette sorte de barbarie dont j'ai été trop souvent le témoin ; je m'en dispense, et je crois en

avoir assez dit pour ceux qui ont un cœur et des sentimens généreux ; les autres, abrutis par le fanatisme, n'en seraient pas touchés, et nous sommes encore loin d'être débarrassés de cet esprit d'intolérance, même dans les hôpitaux de Paris.

Je ne peux passer sous silence l'influence des amulettes, telles que les anneaux de saint Hubert, les médailles de l'Ange-Gardien, les os de pendu, etc., etc., et mille autres pratiques de ce genre, imposées par le charlatanisme à la superstitieuse et crédule ignorance. Tout en déplorant la faiblesse de l'esprit humain qui nous oblige à parler de leur usage, nous reconnaissons que ces moyens ridicules ne furent pas toujours sans résultats heureux au moins sur l'imagination. Nous en dirions autant des pélerinages, s'ils n'avaient une autre influence sur le physique et le moral du malade, au moyen de l'exercice et de la distraction qu'ils procurent. Sans doute, si sa mélancolie devait sa source à un mal physique que la fatigue pourrait aggraver, on devrait le détourner d'un projet sur les avantages duquel il s'abuse ; mais s'il en est autrement, et si surtout sa raison a besoin d'être ménagée, craignons de lui dévoiler son erreur, et souvenons-nous qu'un grand nombre de guérisons, prétendues miraculeuses, lorsqu'elles n'ont pas été l'œuvre des jongleurs et des fourbes, n'ont pu reconnaître pour cause que l'heureuse disposition que procurait l'espérance, et la confiance aveugle que le remède inspirait au malade. Et d'ailleurs n'y eût-il que le bien-être moral et la tranquillité d'âme que ces moyens procurent, nous devrions encore nous applaudir de leurs succès. « Puisse-t-il mourir de désespoir, s'écrie le trop sensible et malheureux Werther, celui qui insulte à ce cœur oppressé qui, pour se délivrer de ses remords, pour calmer son trouble et ses souffrances, fait un pélerinage au Saint-Sépulcre ; chaque pas qu'il fait sur la terre durcie, par des routes non-frayées et qui déchirent ses pieds, est une goutte de baume sur sa plaie, et à chaque jour de marche il se couche soulagé d'une partie du fardeau qui l'accable »

FIN.